献立予定表

2026年11月1日(日) ～ 2026年11月30日(月)
汎建製作所

A定食

2日（月）	3日（火）	4日（水）	5日（木）	6日（金）
牛肉コロッケ 付）レタス マカロニサラダ 千切煮 漬物 味噌汁 ご飯	豚肉の生姜炒め 付）ｷｬﾍﾞﾂ レモン和え アジ紫蘇フライ 漬物 味噌汁 ご飯	鯖の塩焼き 付）ｷｬﾍﾞﾂ 一口ハンバーグ チンゲン菜ごま和え 漬物 味噌汁 ご飯	チキン南蛮 付）レタス ビーフンソテー 白菜のツナ和え 味噌汁 漬物 ご飯	マーボー茄子 付）ｷｬﾍﾞﾂ ナムル ミニ春巻き 味噌汁 漬物 ご飯
エネルギー 837kcal 食塩相当量 3.8g	エネルギー 816kcal 食塩相当量 5.5g	エネルギー 727kcal 食塩相当量 2.6g	エネルギー 840kcal 食塩相当量 4.0g	エネルギー 830kcal 食塩相当量 2.7g
9日（月）	**10日（火）**	**11日（水）**	**12日（木）**	**13日（金）**
メンチカツ 付）レタス 白菜とあげの煮物 ほうれん草の卵とじ 味噌汁 漬物 ご飯	豚キムチ ジャンボシューマイ 野菜サラダ 付）ｷｬﾍﾞﾂ 味噌汁 漬物 ご飯	アジフライタルタルソース 付）レタス もやしの中華和え ちくわとピーマンの甘辛炒め 味噌汁 漬物 ご飯	鶏肉の唐揚げ 付）レタス 高野の煮物 コールスロー 味噌汁 漬物 ご飯	肉団子の酢豚風 付）ｷｬﾍﾞﾂ コーンコロッケ スパサラ 味噌汁 漬物 ご飯
エネルギー 811kcal 食塩相当量 3.2g	エネルギー 773kcal 食塩相当量 2.5g	エネルギー 788kcal 食塩相当量 3.2g	エネルギー 859kcal 食塩相当量 3.4g	エネルギー 864kcal 食塩相当量 5.2g
16日（月）	**17日（火）**	**18日（水）**	**19日（木）**	**20日（金）**
ハムカツ 付）ｷｬﾍﾞﾂ コーン入りイカバーグ ポン酢和え 味噌汁 漬物 ご飯	回鍋肉 付）ｷｬﾍﾞﾂ もちサクポテト 和風ツナマヨ和え 味噌汁 漬物 ご飯	★健康増進メニュー★ 鶏肉と彩り野菜のラタトゥイユ風（10食） 白身魚フライ 茄子の煮浸し 玉子焼 手作り出し巻き玉子（10食） すまし汁 ご飯	味噌カツ 付）ｷｬﾍﾞﾂ 野菜ソテー 春雨サラダ 味噌汁 漬物 ご飯	鶏チリ炒め 付）レタス ポテトサラダ カレーちくわ天 味噌汁 漬物 ご飯
		エネルギー 692kcal 食塩相当量 1.4g		
エネルギー 800kcal 食塩相当量 3.3g	エネルギー 876kcal 食塩相当量 4.9g	エネルギー 865kcal 食塩相当量 2.4g	エネルギー 875kcal 食塩相当量 4.8g	エネルギー 871kcal 食塩相当量 3.3g
23日（月）	**24日（火）**	**25日（水）**	**26日（木）**	**27日（金）**
ハムサラダフライ 付）ｷｬﾍﾞﾂ 金平ごぼう ひじき煮 味噌汁 漬物 ご飯	ハンバーグ（デミソース） 付）レタス スパソテー ドレッシング和え 漬物 味噌汁 ご飯	白身魚のマヨ焼き 付）ｷｬﾍﾞﾂ オクラのおかか和え 一口とんかつ 漬物 味噌汁 ご飯	２種フライ 付）レタス 肉団子甘酢 ほうれん草のマヨネーズ和え 漬物 味噌汁 ご飯	マーボー春雨 付）レタス もやしのナムル ミートコロッケ 味噌汁 漬物 ご飯
エネルギー 756kcal 食塩相当量 2.6g	エネルギー 838kcal 食塩相当量 4.4g	エネルギー 724kcal 食塩相当量 2.4g	エネルギー 864kcal 食塩相当量 3.0g	エネルギー 752kcal 食塩相当量 2.7g
30日（月）				
かぼちゃコロッケ 付）ｷｬﾍﾞﾂ チヂミ ピーナツ和え 漬物 味噌汁 ご飯				
エネルギー 706kcal 食塩相当量 2.3g				

B定食

2日（月）	3日（火）	4日（水）	5日（木）	6日（金）
すき焼き風丼 付）レタス マカロニサラダ 漬物 味噌汁	温）温玉そば 付）ｷｬﾍﾞﾂ アジ紫蘇フライ 漬物 ご飯	かき揚げ丼 付）ｷｬﾍﾞﾂ 一口ハンバーグ 漬物 味噌汁		温）かき玉あんかけうどん 付）ｷｬﾍﾞﾂ ミニ春巻き 漬物 ご飯
エネルギー 735kcal 食塩相当量 2.6g	エネルギー 817kcal 食塩相当量 4.6g	エネルギー 733kcal 食塩相当量 2.3g		エネルギー 907kcal 食塩相当量 4.6g
9日（月）	**10日（火）**	**11日（水）**	**12日（木）**	**13日（金）**
温）にゅうめん 付）レタス ほうれん草の卵とじ 漬物 わかめご飯	エビカツ丼 付）ｷｬﾍﾞﾂ 野菜サラダ 漬物 味噌汁	温）カレーうどん 付）ｷｬﾍﾞﾂ ちくわとピーマンの甘辛炒め 漬物 ご飯		鶏天丼 付）ｷｬﾍﾞﾂ スパサラ 漬物 味噌汁
エネルギー 848kcal 食塩相当量 5.6g	エネルギー 762kcal 食塩相当量 3.4g	エネルギー 948kcal 食塩相当量 5.4g		エネルギー 756kcal 食塩相当量 3.9g
16日（月）	**17日（火）**	**18日（水）**	**19日（木）**	**20日（金）**
そぼろ丼(２色) 付）ｷｬﾍﾞﾂ ポン酢和え 漬物 味噌汁	温）五目そば 付）ｷｬﾍﾞﾂ もちサクポテト 漬物 ご飯			温）温玉うどん 付）レタス カレーちくわ天 漬物 ご飯
エネルギー 784kcal 食塩相当量 4.5g	エネルギー 850kcal 食塩相当量 4.5g			エネルギー 913kcal 食塩相当量 5.2g
23日（月）	**24日（火）**	**25日（水）**	**26日（木）**	**27日（金）**
おろし塩豚丼 付）ｷｬﾍﾞﾂ ひじき煮 味噌汁 漬物		親子丼 付）ｷｬﾍﾞﾂ オクラのおかか和え 漬物 味噌汁	焼そば 付）レタス 肉団子甘酢 ご飯 漬物 味噌汁	温）たぬきそば 付）レタス ミートコロッケ 漬物 ご飯
エネルギー 683kcal 食塩相当量 5.5g		エネルギー 703kcal 食塩相当量 2.6g	エネルギー 867kcal 食塩相当量 3.6g	エネルギー 834kcal 食塩相当量 4.2g
30日（月）				
豚丼 付）ｷｬﾍﾞﾂ ピーナツ和え 漬物 味噌汁				
エネルギー 752kcal 食塩相当量 3.6g				

※仕入れの都合により、献立内容の変更をお願いする場合があります。